



plattform  
ernährung und  
bewegung e.v.

## Familie<sup>+</sup> - Zusammen gesund leben in Familie und Schule.

### Neues Projekt bei peb gestartet

Berlin 10.02.2020 - Anfang Januar startete die Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb) gemeinsam mit ihren Kooperationspartnern das Projekt „Familie<sup>+</sup> – Zusammen gesund leben in Familie und Schule“. Damit werden gewichtsbezogene Verhaltensweisen in den Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen gefördert. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Grundschul Kinder und deren Familien für vielseitige Gesundheitsverhaltensweisen sensibilisiert werden können. Das Projekt mit der Laufzeit von drei Jahren wird vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) gefördert. Projektpartner sind die Universität Konstanz (Fachgruppe Sportwissenschaft, Arbeitsgruppe Sozial- und Gesundheitswissenschaft), die Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften der Technischen Universität München und das Institut für Gesundheitssport und Public Health der Universität Leipzig.

Familie<sup>+</sup> verknüpft die beiden Lebenswelten Schule und Familie miteinander. Hierfür ist es beispielweise angedacht, dass Kinder von ihren Lehrkräften gesundheitsbezogene „Hausaufgaben“ erhalten, die sie gemeinsam mit ihren Familien umsetzen. Die schulbasierten Maßnahmen fokussieren wiederum auf Strategien, die die Verbindung zur Lebenswelt Familie ermöglichen. „Ziel ist, durch die enge Verknüpfung der beiden Lebenswelten Verhaltensänderungen im Lebensalltag von Kindern besser und nachhaltiger zu verankern“, erklärt peb-Projekt Koordinatorin Anja Kretzer.

Familie<sup>+</sup> setzt auf evidenzbasierte Maßnahmen zur Veränderung gewichtsbezogener Verhaltensweisen hinsichtlich der Bereiche körperliche Aktivität, Sitzverhalten, Ernährung oder Schlaf. Gleichzeitig werden mittels partizipativer Methoden die wesentlichen Akteure eingebunden, um die passenden Maßnahmen gemeinsam auszuwählen, anzupassen und umzusetzen.

Zudem werden die lebensweltbezogenen Maßnahmen in den kommunalen Rahmen eingebettet. Hierfür werden u.a. die im Projekt „Kommunale Gesundheitsmoderation“ geschaffenen Strukturen und Kontakte der Plattform Ernährung und



### Geschäftsstelle

Boyenstraße 42  
10115 Berlin  
Tel.: +49 (0) 30 27 87 97-67  
Fax: +49 (0) 30 27 87 97-69  
plattform@pebonline.de  
www.pebonline.de

Bewegung genutzt und weiter ausgebaut. „Aufgabe von peb wird es sein, drei geeignete Kommunen und Multiplikatoren zu finden und deren Vernetzung zu begleiten“, sagt peb-Geschäftsführer Mirko Eichner. „Wir freuen uns, mit unserer in vielen Jahren unter anderem im Projekt ‚Kommunale Gesundheitsmoderation‘ entwickelten Expertise einen wichtigen Beitrag zur Prävention von Übergewicht von Grundschulkindern einbringen zu können“, so Eichner.

Die Entwicklung und Umsetzung der Maßnahmen wird sowohl im Bereich der Lebenswelten der Teilnehmenden wie auch auf kommunaler Ebene evaluiert. Zudem wird überprüft, ob und in welcher Weise die Projektergebnisse auch auf andere Kommunen übertragbar sind.

Weiterführende Informationen zum Projekt: [www.pebonline.de/projekte/familie+](http://www.pebonline.de/projekte/familie+)



*(v. l. n. r.) Anja Kretzer, Mirko Eichner (beide peb), Prof. Dr. Petra Wagner (Uni Leipzig), Dr. Christina Niermann (Uni Konstanz), Prof. Dr. Martina Kanning (Uni Konstanz) und Prof. Dr. Filip Mess (TU München) trafen sich an der Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften der TU München zur Kick-Off-Veranstaltung*

*Foto: Romy Schwaiger, Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften der TU München*

Die **Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb)** ist ein Zusammenschluss von Politik, Wirtschaft, Wissenschaft, Sport, Eltern und Ärzten. Zahlreiche Partner setzen sich aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen ein.